



2021年12月 こんだて予定表



北白川いづみ保育園

水 1・15	木 2・16	金 17	土 4・18	月 6・20	火 7・21	水 8・22	木 9・23	金 10	土 11・25	月 13・27	火 14・28
ごはん 鶏の照り焼き ほうれん草と 大根のサラダ 人参煮 みそ汁	ごはん スライス肉の マーボ豆腐 さつまいもの 天ぷら 中華スープ	納豆ごはん 芋汁 フルーツ	鶏肉と白菜の 煮込みうどん じゃが芋煮	豚肉と れんこんの カレーライス フルーツ サラダ	ごはん さんまの 塩焼き 青菜の磯和え 人参煮 みそ汁	親子うどん じゃこじゃが サラダ フルーツ	ごはん 切り干しと 里芋煮 ごぼうの 唐揚げ すまし汁	ごはん 牛肉と きのこ炒め 大根と 刻み昆布煮 みそ汁	パン カレー スープ	きのこの 混ぜご飯 白菜と れんこんの ゴマ和え みそ汁	ごはん さばの おろし煮 キャベツと 春菊の おかか和え みそ汁
米(七分つき) 45 鶏モモ肉 50 こいくちしょうゆ みりん ほうれん草 30 大根 30 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ 人参 20 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし さつまいも 20 えのき 10 みそ 煮干しだし	米(七分つき) 45 豚肉 30 豆腐 60 白ネギ 8 干し椎茸 2 青ねぎ 5 オイスターソース なたね油 片栗粉 さつまいも 40 小麦粉 塩 なたね油 もやし 15 人参 5 きくらげ 1.5 うすくちしょうゆ 塩 中華だし	米(七分つき) 45 納豆 20 こいくちしょうゆ のり 豚肉 30 人参 10 大根 20 しめじ 10 油揚げ 5 ごぼう 10 こんにゃく 15 里芋 30 青ねぎ 3 みそ 煮干しだし みかん 1/2	うどん 150 鶏肉 30 人参 10 白菜 20 生しいたけ 8 油揚げ 5 青ねぎ 3 うすくちしょうゆ みりん 塩 昆布・かつおだし じゃが芋 40 人参 10 こいくちしょうゆ 素精糖 昆布だし	米(七分つき) 50 豚肉 40 人参 15 玉ねぎ 30 れんこん 30 しめじ 10 しょうが 小麦粉 マーガリン カレー粉 こいくちしょうゆ ソース ケチャップ 塩 素精糖 コンソメ りんご 20 きゅうり 15 みかん缶 20 なたね油 米酢 素精糖	米(七分つき) 45 さんま 50 塩 青菜 60 のり こいくちしょうゆ 人参 20 こいくちしょうゆ 素精糖 こんぶだし 白菜 15 油揚げ 5 みそ 煮干しだし	うどん 150 鶏肉 30 卵 20 人参 10 生しいたけ 8 えのき 10 青ねぎ 5 うすくちしょうゆ みりん 塩 昆布・かつおだし じゃが芋 50 ちりめんじゃこ 5 パセリ 2 ゴマ 2 なたね油 米酢 こいくちしょうゆ りんご 1/6	米(七分つき) 45 豚肉 30 里芋 40 人参 10 切り干し大根 5 青ねぎ 4 こいくちしょうゆ 素精糖 ごぼう 30 こいくちしょうゆ 素精糖 みりん なたね油 豆腐 20 とろろ昆布 えのき 10 うすくちしょうゆ みりん 塩 かつおだし	米(七分つき) 45 牛肉 30 エリンギ 8 しめじ 8 まいたけ 8 生しいたけ 8 キャベツ 30 塩 なたね油 大根 60 刻み昆布煮 2 こいくちしょうゆ みりん 玉ねぎ 15 わかめ 2 みそ 煮干しだし	まるパン 牛肉 40 人参 15 玉ねぎ 30 じゃが芋 50 フロコリー 20 しめじ 10 カレー粉 コンソメ 塩 片栗粉 白菜 30 れんこん 30 ゴマ 2 こいくちしょうゆ 素精糖 大根 20 焼きふ みそ 煮干しだし	米(七分つき) 50 鶏ミンチ 40 しめじ 10 まいたけ 10 えのき 5 人参 10 小松菜 10 のり こいくちしょうゆ みりん かつおだし 白菜 30 れんこん 30 ゴマ 2 こいくちしょうゆ 素精糖 大根 20 焼きふ みそ 煮干しだし	米(七分つき) 45 さば 50 大根 20 こいくちしょうゆ 素精糖 みりん キャベツ 30 春菊 30 かつお節 こいくちしょうゆ 里芋 20 白ネギ 10 みそ 煮干しだし
おやつ高野 みかんジュース・煮干	生クリーム パン 牛乳・煮干	クッキー 牛乳・煮干	ビスケット せんべい 牛乳	ジャムフランス 牛乳・煮干	ふかし芋 フルーツ 牛乳・こんぶ	梅干しと青菜 のおにぎり りんごジュース・煮干	ゆずみそ だんご 牛乳・煮干	さつまいもの パンケーキ 牛乳・煮干	せんべい ビスケット 牛乳	レモン マフィン 牛乳・煮干	ヨーグルト おさつマッシュ 牛乳・こんぶ
高野豆腐 片栗粉 なたね油 きな粉 素精糖 みかんジュース・煮干	パン 生クリーム 素精糖 牛乳・煮干	小麦粉 マーガリン 素精糖 牛乳・煮干	ビスケット せんべい 牛乳	フランスパン りんごジャム 牛乳・煮干	さつまいも りんご 牛乳・こんぶ	米(七分つき) 梅干し 青菜 かつおぶし りんごジュース・煮干	白玉粉 ゆず 素精糖 みそ みりん 牛乳・煮干	小麦粉 さつまいも マーガリン 素精糖 牛乳 牛乳・煮干	せんべい ビスケット 牛乳	小麦粉 マーガリン 素精糖 レモン 卵 牛乳 牛乳・煮干	さつまいも ヨーグルト 素精糖 牛乳・こんぶ

3日 お弁当の日(レモン以上)レモン以下:焼きめし・フロコリーおかか和え・みそ汁(米・合びきミンチ・人参・玉ねぎ・コーン缶・青ねぎ・フロコリー・豆腐・わかめ) おやつ:さつまいも入り蒸しパン・牛乳

18日 クリスマス礼拝 20日クリスマス会(クッキーの持ち帰りがあります) 24日はクリスマスリースのご飯です。お楽しみに!!!

24日 洋風ピラフ・鶏のから揚げ・フロコリー・コンソメスープ(米・ベーコン・人参・玉ねぎ・ピーマン・コーン缶・さやいんげん・鶏肉・フロコリー・キャベツ・じゃが芋) おやつ:デコレーションケーキ・牛乳

